



CURSO TREKFORM  
**TRABAJOS  
EN ALTURA**

Curso de trabajos en altura  
con ejercicios prácticos y simulaciones  
de situaciones de riesgo.

🕒 Duración: 8 horas

📅 Jornadas: 1 día

↑ Modalidad: presencial

📖 Metodología: teórico  
práctico



**TREKFORM**

[www.trekform.com](http://www.trekform.com)

[comercial@trekform.com](mailto:comercial@trekform.com)

BARCELONA T. 93 264 05 32 | MADRID T. 91 737 61 66  
SEVILLA T. 95 544 15 23 | VALENCIA T. 96 066 15 25  
ZARAGOZA T. 87 666 00 75 | BILBAO T. 94 477 06 15  
VIGO T. 88 606 00 78 | GRAN CANARIA T. 82 815 00 08

RESTO PROVINCIAS:  
T. 93 264 05 32 - T. 91 737 61 66

CURSO TREKFORM

# TRABAJOS EN ALTURA

## Curso de trabajos en altura con ejercicios prácticos y simulaciones de situaciones de riesgo.

Este curso de trabajos en altura está dirigido a particulares, profesionales, empresas y entidades.

### OBJETIVOS

Conocer el marco jurídico, la normativa a nivel nacional y europea sobre los diferentes dispositivos de seguridad para trabajos en altura.

Enunciar las disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la correcta utilización por parte de los trabajadores de los equipos de protección.

Eliminar o reducir los índices de siniestralidad.

Utilizar con efectividad los equipos de protección individual (EPIs).

Promover y fomentar la cultura preventiva en la empresa.

Fomentar la importancia de la información y formación de los trabajadores para potenciar la seguridad y la salud en el trabajo.

Asumir y fomentar medidas de prevención como hábitos de trabajo.

### TEMARIO

Según R.D. 1215/97 y R.D. 2177/2004

Legislación básica PRL, Legislación específica para los trabajos en altura.  
Condiciones generales de seguridad y Física aplicada a las caídas.  
La energía cinética. El factor de caída. Fuerza de choque. La cadena dinámica.  
El síndrome o trauma de compresión del arnés. Shock Ortoestático.  
Actuación ante situaciones de riesgo.  
Equipos de protección individual y colectiva.  
Revisión, mantenimiento de EPIs, maquinaria y herramientas.  
Dispositivos anticaídas y sujeción.  
Líneas de vida fijas/provisionales, verticales y horizontales.  
Técnicas de progresión, posicionamiento, descenso sobre estructuras.  
Trabajos ante situaciones meteorológicas adversas.  
Técnicas básicas de salvamento para rescate en alturas.  
Trabajos sobre escaleras, andamios, plataformas, cubiertas y torres.

### METODOLOGÍA

La metodología aplicada, se basa en el principio de complementar la teoría con la práctica, donde se combinan:

El aprendizaje de conocimientos teóricos que de una manera activa y dinámica implican al alumno desde el principio y donde se desarrollarán ejercicios prácticos, simulaciones, resolución de situaciones,... y todo aquello que motiva a la participación del alumno. Y el aprendizaje de la práctica. No hay mejor manera que aprender haciendo, y para ello desarrollaremos actividades prácticas que permitan ubicar al alumno en situaciones que deberá resolver dentro de un entorno real.

### TIPOLOGIA DE CURSOS

**TREKFORM** organiza dos tipos de curso de trabajos en altura.

#### CURSOS ABIERTOS (PARTICULARES Y EMPRESAS)

El curso de trabajos en altura se realiza en nuestras instalaciones y está dirigido a particulares o empresas que desean formar a poco personal o de forma puntual. Los cursos de trabajos en altura se realizan en nuestras instalaciones de Barcelona, Madrid, Valencia, Bizkaia y otras poblaciones.

#### CURSOS A MEDIDA (EMPRESAS)

El curso a medida está dirigido a empresas que tienen un grupo de trabajadores a formar. Este curso puede realizarse o en las instalaciones del cliente o en las instalaciones de TREKFORM. Organizamos cursos de trabajos en altura para grupos reducidos y/o proyectos de gran envergadura a nivel nacional.